

СОГЛАСОВАНО
Директор МОУ



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Венера"

А.В. Погосова

МЕНЮ

на "15" января 2022г.

| Номер по сборнику рецептов | Наименование блюд | Выход (в гр.) | Пищевые вещества (гр.) | | | Энерг. ценность (ккал) |
|----------------------------|---|---------------|------------------------|-------------|--------------|------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| | Вариант 10 с 7 до 11 | | Б | Ж | У | (ккал) |
| | Завтрак | | | | | |
| 175/2011 | Каша вязкая из риса и пшена Дружба | 200 | 5,50 | 12,10 | 34,70 | 307,00 |
| 338/2011 | Фрукты (Яблоко) свежие | 100 | 0,40 | 0,4 | 9,5 | 45,6 |
| 376/2011 | Чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,0 | 14,8 | 59,3 |
| ТТК№ 6 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 114,8 |
| | Итого | | 9,7 | 12,8 | 83,3 | 526,7 |
| | Обед | | | | | |
| | Овощи по сезону (огурец св. или помидор св.или свекла отварная или морковь отварная или огурец соленый или капуста квашенная) | 60 | 1,30 | 0,40 | 7,70 | 37,0 |
| 88/2011 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,5 | 4,0 | 7,4 | 72,2 |
| 462/593 | Тефтели с соусом 2-ой вариант | 90/30 | 9,4 | 18,8 | 14,3 | 223,2 |
| 203/2011 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,5 | 5,7 | 23,5 | 206,4 |
| 349/2011 | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 77,40 |
| ТТК№ 6 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 |
| ТТК№7 | Хлеб пеклеванный | 50 | 3,2 | 0,4 | 20,6 | 98,9 |
| | Итого | | 23,9 | 29,5 | 112,4 | 807,0 |
| | Всего | | 33,6 | 42,3 | 195,7 | 1113,7 |

Директор ООО "Венера"

Зав. Производством